



11がつ こんだてひょう



げつようび

かようび

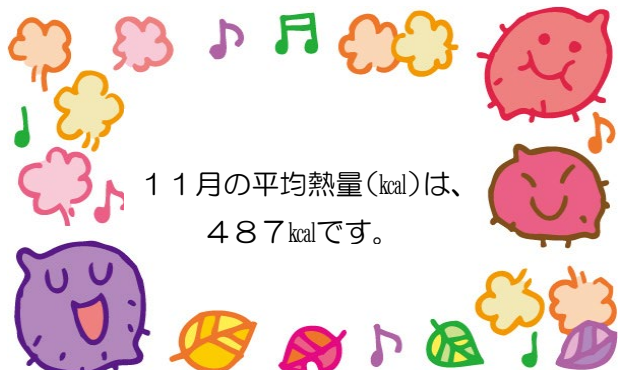
すいようび

もくようび

きんようび

どようび

<p>★★★今月のお弁当のいない日★★★ (2日、6日、9日、13日、15日、16日、20日、22日、27日、30日)です。 ★10日(土)登園の際は、家庭からおにぎり、はし、おしぼりをお願いします。 ★15日(木)は、七五三お祝い献立になります。 ★22日(木)は、園内発表会のため下記の献立になります。</p>					
5日		6日		7日	
親子煮 さつまいものひじき煮 もやし鍋風 ★かりんとう・牛乳		ハヤシライス もやしと水菜のツナ和え ほうれん草とベーコンのスープ ☆おたのしみおやつ☆		がんものふくめ煮 りんごサラダ みそ汁 ★マラーカオ・ぶどうジュース	
12日		13日		14日	
ハムエッグ オーロラサラダ とん汁 ★ジャムサンドクラッカー・牛乳		ごぼうとベーコンのませごはん キャベツのごま和え にらたま汁 ★なべやしき・ほうじ茶		豆腐のソテーひきにくソース にんじんと豆苗のサラダ クラムチャウダー ★きなこだんご・ほうじ茶	
19日		20日		21日	
厚揚げのたまごとし キャベツの中華風和え みそ汁 ★セサミドーナツ・牛乳		ピザトースト キャベツの挽肉炒め 春雨スープ ★コーンパンケーキ・ほうじ茶		豆腐のつくね揚げ なめ茸とちくわのポテトサラダ パスタスープ ★ジョア・ミニクリームパン	
26日		27日		28日	
おでん ひじきサラダ 中華風なめこスープ ★コーンフレーククッキー・牛乳		スパゲティ+ポリタン 小松菜のおひたし 押し麦スープ ★甘納豆抹茶蒸しパン・ほうじ茶		豆腐とエビのケチャップ煮 酢じょうゆ和え みそ汁 ★黒ゴマ団子・牛乳	
30日		1日		2日	
五目あんかけご飯 肉団子 みそスープ ★フリン		ハムカツ だいこんサラダ みそ汁 ★チーズまめ蒸しパン・牛乳		雑穀ごはん ささみピカタ かぼちゃのシチュー ★ヨーグルト	
3日		8日		9日	
文化の日 		エビの春巻きあげ 豆腐とひじきの炒り煮 たまごスープ ★みそ蒸しパン・牛乳		ちゃんぽんめん かみかみサラダ フルーツ ★大学かぼちゃ・牛乳	
10日		15日		16日	
(おにぎり持参の日) 織切野菜スープ ヤクルト		赤飯 野菜とちくわのてんぷら とうふとわかめのすまし汁 ★せんべい・牛乳		焼きそば 海鮮汁 フルーツ ★じゃこトースト・牛乳	
17日		22日		23日	
希望保育の日		おにぎりパック 豆腐とにんじんのスープ フルーツ ★小倉白玉・牛乳		勤労感謝の日 	
24日		29日		30日	
パン 野菜ジュース		さけのちゃんちゃん焼き たくあん けんちん汁 ★ホットドッグ・牛乳		五目あんかけご飯 肉団子 みそスープ ★フリン	
24日					







11月の平均熱量(kcal)は、
487kcalです。

味わって食べていますか？

あまい(甘味)
しょっぱい(塩味)
すっぱい(酸味)
にがい(苦味)
うまい(うま味)



甘い、からい、すっぱい、にがい…食べ物にはいろいろな味があり、好きな食べ物、苦手な食べ物は人によって様々ですね。私たちが食べ物に美味しいと感じるのは、舌で感じる味だけではなく、見た目や香りなど、いろいろなことが関係しています。ただ食べるのではなく意識してたべるようにしましょう。

どんな見た目かな？ 色、かたち、ツヤ… 	どんな香りがするかな？ さわやか 香ばしい あまい… 	どんな音がするかな？ パリパリ シャキシャキ カリカリ… 	どんな食感がするかな？ ねばねば もちもち なめらか… 
--	---	---	--